



TURNO COMPLEMENTAR:

SEMANA: 05 a 09 de AGOSTO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
COLAÇÃO	Frutas: melancia e abacaxi	Iogurte de frutas com mamão	Frutas: manga e banana	Cereal matinal com leite  (opção: banana)	Frutas: maçã e laranja
ALMOÇO	Espinafre refogado Molho bolonhesa Macarrão Arroz (opção)/Feijão Suco: uva Fruta: maçã	Alface picado Frango desfiado Milho cozido Arroz/Feijão Suco: goiaba Fruta: banana	Salada de brócolis Peixe grelhado Purê de abóbora Arroz/Feijão Suco: caju Fruta: tangerina	Agrião e tomate sem semente picado Frango assado sem osso Cenoura e beterraba cozidas Arroz/Feijão Suco: laranja Fruta: abacaxi	Rúcula e alface picados Hambúrguer de carne moída Farofa de legumes Arroz/Feijão Suco: limonada Fruta: mamão
JANTAR	Chuchu com couve-flor refogados Isca de frango Arroz/Feijão Suco: caju Fruta: abacaxi	Tomate sem semente picado Carne assada Arroz/Feijão Suco: manga Fruta: uva	Sopa de frango com legumes Suco: maracujá Fruta: manga	Legumes cozidos Bife em pedaços Arroz/Feijão Suco: melancia Fruta: melancia	Purê de inhame Picadinho de frango Arroz/Feijão Suco: uva Fruta: laranja



ESCOLARIDADE MANHÃ E TARDE

SEMANA: 05 a 09 de AGOSTO

## SEGUNDA

Pão francês com  
manteiga  
Sucos: laranja e goiaba  
Frutas: banana e mamão

## TERÇA

Bolo de chocolate (com  
farinha integral)  
Sucos: acerola e caju  
Frutas: manga e  
melancia

## QUARTA

Biscoito tipo rosquinha  
iogurte de frutas  
Suco: manga  
Frutas: maçã e laranja

## QUINTA

Mini pizza de frango  
(com farinha integral)  
Suco: maracujá e  
limonada  
Frutas: uva e melão

## SEXTA

Pão de cenoura com  
requeijão  
Sucos: uva e melancia  
Frutas: tangerina e  
banana

## ATENÇÃO!

- O cardápio poderá sofrer alterações devido à qualidade e disponibilidade dos produtos.
- Substituto do lanche: biscoito tipo cream-cracker.
- Substituto do almoço: frango grelhado.
- Substituto do jantar (em caso de sopa): arroz/feijão, prato proteico e legume/salada.
- A restrição médica de determinados alimentos deverá ser sinalizada na agenda.

Nutricionista: Nathalia Portugal Rizzo Franco de Oliveira  
CRN 4: 13100459